

پایہ نہاری

- (۱) بکرے کے پائے۔ 8 عدد (۲) پیاز۔ (تلی ہوئی) دو عدد
 (۳) کچا ناریل یا کھوپرا۔ 50 گرام
 (۴) دھنیہ۔ (بھنا ہوا) پاؤڈر ایک ٹیبل اسپون
 (۵) لال مرچ۔ ایک ٹیبل اسپون (۶) تیل یا گھی۔ ایک ٹیبل اسپون
 (۷) ہرا دھنیہ۔ ایک گڈی (باریک کٹا ہوا)
 (۸) ادراک لہسن۔ ایک ٹیبل اسپون (۹) نہاری مسالہ۔ ایک پیکٹ
 (۱۰) پیاز۔ ایک عدد (باریک کٹی ہوئی) (۱۱) گیہوں کا آٹا۔ ایک ٹیبل اسپون
 (۱۲) نمک۔ حسب ذوق (۱۳) لیموں۔ ایک عدد

☆ پایہ صاف دھو کر ایک عدد پیاز ادراک لہسن، نہاری مسالہ، لال مرچ، نمک اور 10 کپ پانی شامل کر کے کوکریا کسی بگونے میں تقریباً 45 منٹ یا ایک گھنٹہ درمیانی آنچ پر پکائے۔ پائے بہت اچھے سے گل جانے چاہئے۔ کھوپرا بھون کر باریک پیس لیجئے۔ تیل میں تھوڑا ادراک لہسن دھنیہ کھوپرا اور گلے ہوئے پائے ڈال کر بھونئے۔ اور سارا شوربہ پلٹا دیجئے۔ اب کٹوری میں تھوڑی آٹا گھول لیں۔ پائے کے شوربہ پر آئی ہوئی تری (تیل) کو کسی پیالے میں نکال لیں اب آٹا کا گھول تھوڑا تھوڑا شامل کریں ہلکا سا گاڑھا پن آجائے تو آٹا نہ ڈالیں۔ دم پر ہرا دھنیہ لیموں کا عرق اور تلی ہوئی پیاز ڈالیں۔ شیر مال، نان یا روٹی کے ساتھ نوش فرمائیے بہت مزیدار نہاری بنے گی۔ سرو کرتے وقت پیالے میں نکالا گیا تیل یا گھی اوپر سے ڈال دیں تو اور بھی رونق دار لگے گی۔ آپ صحت کے اعتبار سے گھی تیل اور نمک کے لئے ردوبدل کر سکتے ہیں۔

